



ふれあいひろば

〔患者とともにある全人的医療〕

「5大がん市民公開講座」での最近の話題

がん診療支援室長 伊藤 和彦



当院では平成21年から「5大がん市民公開講座」を続けています。これは、当院が「地域がん診療連携拠点病院」として、がんに関する普及啓発に努めるために行っているものです。

平成27年度からは、参加者の希望もあり「5大がん（肺、胃、肝、大腸、乳）」プラス1として、各科（緩和ケア・泌尿器・婦人・脳外・歯・整形外・耳鼻咽喉・血液・薬剤）による講演の二本立てで行っています。

今年5月10日に、呼吸器内科から【肺がんについて】、薬剤部からは【抗がん剤】の話を、令和最初の公開講座として行いました。

そこでも取り上げられましたが、平成時代にオプジーボ開発者がノーベル賞を受賞したことで有名になった、【免疫チェックポイント阻害剤】について解説します。

1. 免疫チェックポイント阻害剤と抗がん剤との違い

免疫とは、自分に害のあるものを排除する体の仕組みです。「免疫チェックポイント」とは、細胞の表面にある、免疫による攻撃にストップをかけるブレーキのことです。抗がん剤は、増える細胞全般に効果を示すため、脱毛・吐き気・血球減少などの副作用を生じます。免疫チェックポイント阻害薬は免疫にかかった「ブレーキ」を解除し、免疫が本来持っている攻撃力を回復させがんに対抗します。「手術・化学療法（抗がん剤）・放射線療法」を3本柱としてきたがん治療に、免疫治療という第4の柱ができました。

2. 免疫チェックポイント阻害剤の種類と対応する病気

免疫チェックポイント阻害剤は、すべてのがんにも効果があるわけではなく、使用方法（併用薬剤・病状など）には細かい制限が設けられています。現在使われている薬剤と対応する病気は下記のとおりです。

オプジーボ：非小細胞肺がん、メラノーマ、腎細胞がん、ホジキンリンパ腫、頭頸部がん、胃がん、悪性胸膜中皮腫

キイトルーダ：非小細胞肺がん、メラノーマ、ホジキンリンパ腫、尿路上皮がん、固形がん(MSI-High)

ヤーボイ：メラノーマ、腎細胞がん

テセントリク：非小細胞肺がん

イミフィンジ：非小細胞肺がん

3. 免疫チェックポイント阻害剤の効果と副作用

長く効果があり、何年も同治療を続ける人もいますが、効果がでない場合、効果があっても長くは続かないこともあります。また、効果だけがあり副作用のない薬はありません。免疫を活発にすることで自分の細胞を攻撃することもあり、この薬剤の副作用による死亡事例も報告されています。間質性肺炎、重症筋無力症、1型糖尿病、副腎不全、心筋炎、甲状腺機能障害など、副作用は全身・多岐にわたり、自覚症状に何か変化があれば、薬剤による副作用のチェックが必要です。

中高年女性の手指の不調～サプリメントでよくなる？ 最近の知見より～

整形外科 川瀬 大央

皆さん手指に不調を抱えていませんか？
手指のこわばりやしびれ・痛みといった手指の不調の原因となる病気は様々あります。

指を曲げる腱の鞘と腱がこすれて炎症を起こす「ばね指」、神経の通り穴が狭くなることで指がしびれる「手根管症候群」、指の第一関節が変形して痛くなる「ヘバーデン結節」、親指の付け根の関節が変形して痛くなる「母指CM関節症」などが代表的ですが、これらは中高年女性多く発症するとされています。

これらが中高年女性に多い原因は長年不明とされてきましたが、近年女性ホルモンとの関係性が高いことが報告されています。

あまり知られていませんが、実は更年期障害の重症度を診る更年期指数 (SMI) の項目の1つにも手指の症状が含まれています。

女性ホルモンの受容体は乳腺や生殖器だけでなく、関節や腱、靭帯などにある滑膜という組織にも存在します。更年期になり体内の女性ホルモンが急激に減少するとホルモンの作用が乏しくなった滑膜が異常増殖し、上記のような手指の病気を発症すると言われています。

それなら減少したホルモンを補充すればいいのかという単純な話ではなく、ホルモン補充には乳がん発症や不正出血といったリスクも伴います（実際にはホルモン補充療法という治療法も行われますので更年期症状にお悩みの方は婦人科にご相談することをお勧めします）。

そこで近年注目を集めているのが「エクオール」というサプリメントです。

エクオールは現在唯一医学的根拠が認められているサプリメントで、大豆の代謝産物で女性ホルモンに類似した作用を持つ物質で、処方箋なしに薬局やドラッグストアで購入可能です。

エクオールは乳腺や生殖器には作用を呈さず、前述したような副作用がほとんどなく手指の不調を改善します。

エクオールが効果を呈するのに必要な1日量10mgを摂取できる大豆食品の目安は下図の通りです。

エクオール10mgを摂取できる大豆食品の目安

豆腐2/3丁
(200g)



約 8～10mg

納豆1パック
(50g)



約 6～10mg

豆乳
(200g)



約 6～10mg

日本人は体内でエクオールを産生できる人の割合は約50%と言われており、手指の不調を有する人の約90%は産生できない体質であるという報告もあります（エクオール産生できるかどうか検査するキットがネット販売もされています）。

従って、中高年女性で手指の不調を来した方はエクオールを1回試してみてもいいかがでしょうか。

ただし、効果が出るまでに約3か月を要しますので、すぐに効果がなくても3ヶ月は根気よく飲み続けてみて下さいね。

関節リウマチの診断と治療

腎臓・リウマチ科 村上修一

関節リウマチは全身の関節に炎症を起こす原因不明の病気です。

厚生労働省のアレルギー白書（2005年）によると人口約100人に1人に発症し、男女比は約1対2で女性に多く、40歳代をピークにして幅広い年代で発症します。

関節炎により痛みやこわばりが生じ、次第に関節が破壊されて変形するため、日常生活に支障をきたしてしまいます。

一度破壊された関節を薬でもとに戻すことは難しいので、関節が破壊される前に診断し、治療することがとても大切です。

従いまして、

- ①朝起きると関節がこわばる
(特に30分以上持続するとき)
- ②3つ以上の関節で、指で押さえたり動かしたりすると痛みを感じる
- ③2つ以上の関節で腫れや熱感がある

以上の3つ症状があるときは、リウマチ科を標榜している医療機関に受診されることをお勧めいたします。

リウマチ科では診察による関節の腫れの程度や分布、血液検査による炎症やリウマチ体質の有無の確認、レントゲンによる関節の状態の評価を行い、これらの結果を総合して関節リウマチの診断を行います。

治療は生活指導、薬物療法、手術療法、リハビリテーションの4つの治療法を組み合わせて行います。

薬物療法には内服治療と注射治療があり、内服薬は抗リウマチ薬の代表であるメトトレキサートを基本薬として病状に合わせて選択し、注射薬は内服薬治療でも病状が安定しない場合に使用します。

注射薬は従来の化合物からなる薬剤とは異なり、タンパク質からできているため「生物学的製剤」と呼ばれています。生物学的製剤は、大変有効性が高く、内服治療が効かない関節炎でも、これを追加することで関節炎を改善させることが可能です。

一方、生物学的製剤はタンパク質でできている薬剤のため、注射を繰り返すうちに薬に対する抗体が身体に作られ、徐々に薬剤の効果が悪くなったり、アレルギー反応が生じたりすることがあります。

また、免疫力を低下させるので肺炎や結核症になりやすくなることが報告されており、治療中は感染症に対して細心の注意が必要です。

しかし、このような注意点はあるものの、2003年から国内で生物学的製剤が使用可能となってから、関節リウマチを寛解状態（自覚症状がない状態）に維持する事ができるようになりました。

ご心配の方は、かかりつけ医に相談し、リウマチ科に紹介してもらいましょう。

「病棟薬剤師」のご紹介

薬剤部 内山 真理子

「病院薬剤師」と聞くと、どのようなイメージをお持ちでしょうか。『あまり見たことないわ、奥の方にいるのかしら…』と思われる方も多いかもかもしれません。今回は、私たち病院薬剤師と入院患者さんとの関わりについて、紹介したいと思います。

薬剤師の仕事で最初に思い浮かべることは、「調剤」ではないでしょうか。病院内の薬局にいる薬剤師は、医師の処方せんをもとに薬の量や点滴薬の速さなどをチェックし、適切に調剤をしています。また常に情報収集をし、安全に医療がおこなわれるよう支援しています。

当院では2019年4月より、すべての病棟に専任の薬剤師を配置しました。患者さんが安心して治療に取り組むことができるよう、薬剤師も支援をしていきたいと思っています。

病棟にいる薬剤師は、患者さんが入院時に持ってこられたお薬（持参薬）や使用されている健康食品・サプリメント、薬の服用による副作用・アレルギーが出たことがないかなどの確認をおこなっています。入院前の情報を教えていただくことは、安全に治療をすすめる上でとても大切です。急に体調が悪くなって病院を受診された際に、普段飲んでいる薬の名前を聞かれたことはないでしょうか。

『朝に血圧と血糖の薬を2種類飲んでいるけれど、なんという名前だったかしら・・・？』

ひとつは「〇〇ミン」のような名前だったわ。』

飲んでいる薬の情報を正確に伝えるために、「お薬手帳」は常に持ち歩くことをおすすめします。

入院中は直接患者さんまたはご家族と面談して得られた情報（薬の服用状況や副作用の訴えなど）や血液検査の値などを確認し、最善の治療がおこなえるよう医師へ処方提案しています。また、薬同士の飲み合わせや注射薬との「相互作用」の確認をすることで、薬の効果が十分に得られるよう注意を払っています。

新しく薬が始まる際は、疑問や不安が大きいですよね。私たち薬剤師は、患者さんが安心して納得して治療を受けていただけるよう、ベッドサイドで薬の効果や副作用、注意事項などについて説明しています。

また抗がん剤などによる治療を受ける際は、治療のスケジュールや副作用が起こる時期・対処法についても、視覚的に分かりやすい説明用紙を用いて説明をしています。

薬について聞きたいこと、心配なことがありましたら、いつでもお声がけください。



当院のホームページにも、バックナンバーを掲載しています。
「新潟市民病院 ふれあい広場」と検索してみてください！

編集後記

5月だというのに、真夏のような暑さですね。体調管理に気をつけて、この夏を無事に乗り切りたいものです(;´▽`) (Y)

発行元：新潟市民病院 広報委員会

新潟市中央区鐘木463番地7 Tel 025-281-5151